

# ການເລືອກເອົາ

## ການຮັກສາ ດູແລຢູ່ເຣືອນ

### ຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື

#### ເຣືອນຢູ່ກິນ

ທ່ານກຳລັງຊອກຫາ  
ການຮັກສາດູແລຮະບະຍາວ  
ສໍາລັບທ່ານອ່ອງ ຫລື  
ຄົນອື່ນບໍ່? ພຶມນອຍຫົວໜີ  
ໃຫ້ບ່ອນອີງກ່ຽວກັບວິທີ  
ຊອກຫາ ແລະ ເລືອກເອົາ  
ເຣືອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື  
ເຣືອນຢູ່ກິນ.



AGING AND DISABILITY SERVICES ADMINISTRATION

Washington State Department of Social and Health Services

ທ່ານກຳລັງຊອກຫາການຮັກສາດຸແລ  
ສໍາລັບທ່ານເອງ ແລື ຄົມອື່ນບໍ່?  
ມັນມີຫລາຍໆສຶ່ງທີ່ແປກສໍາລັບທ່ານ  
ແລະ ຜູ້ທີ່ທ່ານຮັກຜູ້ອວ້າ ແລະ  
ຄັດເລືອກ, ການບໍລິການທີ່ມີຢູ່,  
ແລະ ຄຳສັບທີ່ໃໝ່ງ. ປິ້ນຫົວໜ້າ  
ບອກເຖິງບາງວັນຕອນຜູ້ປະຕິບັດ  
ແລະ ຄຳຖາມຜູ້ອາຫານຜູ້ອ່ວຍ  
ໃຫ້ທ່ານໃຫ້ຂໍ້ມູນທີ່ທ່ານຕ້ອງການ  
ຜູ້ໃຫ້ຮູ້ວ່າເຮືອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່  
ໜີ ເຮືອນຢູ່ກິນເປັນການເລືອກ  
ທີ່ຖືກຕ້ອງສໍາລັບທ່ານບໍ່.



ທີກຂັ້ນເຜື່ອຕັດສິນໃຈ  
ການຮັກສາດູແລ  
ຮະບະຍາວ:

ຂັ້ນ 1:  
ເວົາເຖິງການ  
ປ່ຽນແປງ

ຂັ້ນ 2:  
ພິຈາະນາເບີງ  
ຄວາມຕ້ອງການ

ຂັ້ນ 3:  
ເອົາຂຶ້ນນຸ່ມ  
ທີ່ຕ້ອງການ

ຂັ້ນ 4:  
ເອົາບັນຊີເຮືອນ  
ຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່  
ແລະ  
ເຮືອນຢູ່ກິນ

ຂັ້ນ 5:  
ຈັດເວລາໄປຢູ່ນຢານ

ຂັ້ນ 6:  
ຮັດການຕັດສິນໃຈ

ທຸກນີ້ນີ້, ນັບນີ້ນັບຫລາຍຄົນຜູ້ທີ່ຕ້ອງໄດ້ຮັກສາດູແລ  
ເຜີ່ມເຕີມກຳລັງຄົນຫາການເລືອກເພື່ອຂ້າຍເຂົ້າໄປຢູ່ເຮືອນ  
ຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນຢູ່ກິນ. ສໍາລັບຫລາຍງົງຄົນແລ້ວ,  
ບ່ອນຢູ່ຮັກສາດູແລທົດແທນນີ້ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໄວ້ໃຈໄດ້ວ່າການ  
ຮັກສາດູແລທີ່ເຂົ້າເຈົ້າຕ້ອງການນັ້ນມີໄວ້ໃຫ້ຢູ່ແລ້ວ.  
ບັນທຶນນີ້ເວົາເຖິງທີກຂັ້ນທີ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນ  
ທີ່ທ່ານຕ້ອງການ ເຜື່ອຕັດສິນໃຈວ່າເຮືອນຄອບຄົວ  
ຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນຢູ່ກິນເປັນການເລືອກທີ່ຖືກຕ້ອງ  
ສໍາລັບທ່ານ.

## ຂັ້ນທີ 1: ເວົາເຖິງການປ່ຽນແປງຊີວິດ

ຂັ້ນທີ່ນີ້ໃນການເຮັດການຕັດສິນໃຈການຮັກສາດູແລ  
ຮະບະຍາວແມ່ນສໍາລັບທຸກຄົນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ ເພື່ອເອົາຊະນະ  
ການບໍ່ຢາກເວົາເຖິງນັ້ນຂອງເວົາເຈົ້າ. ຫລາຍຄົນບໍ່ເວົາລົມ  
ສຶກສຶກຢ່ອນວ່າເວົາເຈົ້າຮູ້ສຶກນຸດນັດ ຫລື ບໍ່ແນ່ໃຈວ່າຈະເວົາ  
ນັ້ນຂັ້ນນາດ້ວຍວິທີໄດ້. ຄົນທີ່ຕ້ອງການງົກສາດູແລເຜີ່ມເຕີມ  
ອາດດັ່ງການທີ່ຈະຮັກການປ່ຽນແປງຄວາມຕ້ອງການຂອງເວົາເຈົ້າ.  
ສະມາຊີກຄອບຄົວອາດມີຄຳເຫັນແຕກຕ່າງກ່ຽວກັບວ່າແມ່ນ  
ຮັງຄວນຈະເກີດຂຶ້ນ. ໃນລົດອາດແບກຜູ້ທີ່ຮັກທ່ວງ.

ເຖິງສະເພາະແວດລ້ອມຈະເປັນຢ່າງໃດກໍຕໍາມ, ຄວາມ  
ຢານ ແລະ ຄວາມງຸດງົດເຮັດໃຫ້ທຸກຄົນບໍ່ຜ້ອມເນື້ອເຫດຮ້າຍ  
ເກີດຂຶ້ນ. ເລີ່ມເວົາກ່ອນເຫດຮ້າຍຂອງຊີວິດທີ່ບໍ່ຄາດຝັ້ນສອນ  
ໃຫ້ທ່ານຮູ້ທຸກໆຢ່າງທີ່ທ່ານຄວນຈະຮູ້ໄວ້ກ່ອນເວລານັ້ນແລ້ວ.

## ຂໍ້ແນະນຳເວົ້າຕົງການປ່ຽນແປງອີເວັດ

- ຈັດເວລາໄວສໍາລັບເວົ້າເວລາທຸກຄົນສະບາຍໃຈ ແລະ ພ້ອມແລ້ວ.
- ບຸກຄົນຜູ້ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຮັກສາດູແລ້ວເພີ່ມເຕີມ ແລະ ການສັນບສ່ນນຸ່ມຄວນມີບົດບາດສູນກາງໃນການຊື້ອາດ ວ່າຕ້ອງການຫັງ ແລະ ຈະປະຕິບັດມັນຢ່າງໄດ້.
- ບ່ອນໃຫ້ແຕ່ລະຄົນເວົ້າໄດ້ຍື່ນຕົດລວມ ແລະ ຕ້ອງຕີ.
- ເຊົ້າໃຈວ່າອາລີນເປັນພາກສ່ວນສຳຄັນຂອງການ ສິນທະນານີ້. ຈຶ່ງອິດທິນດ້ວຍຈຳນວນເວລາທີ່ອາດ ຕ້ອງການເຝື່ອເອົາສິ່ງຕ່າງໆອອກມາເທິງໄຕະ.
- ຈຶ່ງສື່ໄວ້ວ່າມັນເປັນຊື່ງທຳມະດາທີ່ຈະຕ້ອງໄດ້ສິນທະນາ ກັນຫລາຍກວ່າມີນີ້ເທື່ອ ເຝື່ອໃຫ້ຕິດອອກວ່າ ຈະຮັດຫັງແດ່. ບາດກ້າວນັ້ນຍຸ້ງຫລາຍກ້າວຈະດີ ກວ່າການກະໂດຍບາວຊື່ງປ່ອຍໃຫ້ທຸກຄົນກັງວິນ ແລະ ສັບສິນຫລາຍຂຶ້ນ.
- ປ່ອຍເວລາໃຫ້ທຸກຄົນປະຕິບັດວິນຸນ. ຖ້າເປັນການຊ່ວຍ ຜູ້ທີ່ຮັກສາ. ໃຫ້ຈຶ່ງໄວ້ວ່າທ່ານກຳລັງໃຫ້ຄໍາແນະນຳ ບໍ່ແມ່ນຕັດສິນໃຈ.

## ຂັ້ນ 2: ພິຈາຮະນາເບີ່ງຄວາມຕ້ອງການ

ພິຈາຮະນາເບີ່ງໃຫ້ລະອຽດວ່າການດູແລ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອແບບໃດທີ່ທ່ານ (ຜູ້ທີ່ທ່ານຮັກ) ຕ້ອງໄດ້ມີ. ໃຫ້ຮັດບັນຊີຄວາມຕ້ອງການດ້ານພະບາບານ, ຮ່າງກາຍ ແລະ ສັງຄົມທີ່ຕ້ອງການ.

ບຸກຄົນຜູ້ຈະປູ້  
ໃນເຮືອນຄອບຄົວ  
ຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນ  
ບູກິນຮ່ວມກັນ  
ເປັນຜູ້ເວົ້າສຸດທ້າຍ  
ກ່ຽວກັບສະຖານທີ່;  
ຄວາມປາຖານາ  
ແລະ ຄວາມມັກ  
ຂອງເວົ້າເຈົ້າເປັນ  
ພາກສ່ວນສຳຄັນ  
ທີ່ສຸດຂອງການ  
ດຳເນີນການນີ້.



ແຫລ່ງເຜີ່ມຕົນກຳນົດຝັ້ນໃຫຍ່ສັບໃນໝວດສິຟ້າໜ້າ ລັຖານ ວັດວໍຊີງຕັນ. ໃຫ້ອອກເບື້ງລາຍຊື່ທີ່ທ່ານສິນໃຈພາຍໃຕ້ ກົມສັງຄົມ ແລະ ສົງຄາະ.

## ແຫລ່ງທີ່ເອົາປີໂປດອື່ນໆ

ສໍາລັບບຸກຄົນທີ່ມີອາຍຸເກີນ 60 ປີ, ແຫລ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດອີກກຳແນມ່ນໜ້າອງການຂໍ້ມູນ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ອາວຸໄສ I&A. I&A ໃຫ້ຂໍ້ມູນທ້ອງຖິ່ນກ່ຽວກັບການບໍຣິການຜູ້ອາວຸໄສໃນຊຸມຊົນ. ພະນັກງານ I&A ສາມາດຊ່ວຍສິ່ງຕາງໆ ເຊັ່ນຄ່າການບໍຣິການ, ຜູ້ທີ່ທ່ານຄວນໃຫ້ຫາ, ວິທີປະກອບແບບຟອມ ແລະ ວິທີອອກຫາເບິ່ງການຊ່ວຍເຫຼືອທີ່ທ່ານອາດໄດ້ຮັບ. ເຜື່ອອອກເບິ່ງໜ້າອງການທີ່ໄດ້ກັບທ່ານທີ່ສຸດ, ໃຫ້ເບິ່ງນຳເປັ້ນໃຫຍ່ສັບຂອງທ່ານ ໜ້າສີເຫຼືອງພາຍໃຕ້ “ການບໍຣິການຝຶລເມືອງອາວຸໄສ” ຫລື ຕາມອິນເຕີແນັດ ທີ່ [www.adsa.dshs.wa.gov/resources/clickmap.htm](http://www.adsa.dshs.wa.gov/resources/clickmap.htm). ເວລາທ່ານໄທໃຫ້ຖານເບິ່ງວ່າເວົາເຈົ້າສາມາດຈັດການບໍຣິການ ຫລື ການຊ່ວຍເຫຼືອອື່ນໆຢ່າງໃດໃຫ້ແດ່.

## ບາງຄວາມໝາຍ...

ເຮືອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ແມ່ນເຮືອນຢູ່ທີ່ມີໃບອະນຸຍາດເພື່ອຮັກສາດູແລຜູ່ຢູ່ແຕ່ສອງຫາທິກຄົມ. ເວົາເຈົ້າໃຫ້ໜ້າ, ທີ່ຢູ່ກິນ, ບ່ອນຊັກເຄື່ອງ, ການດູແລທີ່ຈໍາເປັນ, ການຊ່ວຍເຫຼືອກິຈການຢູ່ກິນປະຈຳວັນ, ການດູແລດ້ານສ່ວນຕົວ, ແລະ ການບໍຣິການດ້ານສັງຄົມ. ບາງຂອນກຳນົການຮັກສາດູແລ ແລະ ພະຍາບານ ຫລື ອາດຊໍານານຝຶສດໃນການຮັບໃຊ້ດ້ານມີບັນຫາດ້ານສຸວພາບຈິດ, ເສັງອົງຄະດ້ານການເຕີບໄຕ, ຫລື ສນອງເສື່ອມ.

ເຮືອນຢູ່ກິນ ເຮືອນຢູ່ກິນເປັນສະຖານທີ່ຢູ່ໃນຊຸມຊົນທີ່ມີໃບອະນຸຍາດໃຫ້ຮັກສາດູແລຜູ່ຢູ່ແຕ່ຈັດຄົມ ຫລື ຫລາຍກວ່າ. ເຮືອນຢູ່ກິນໃຫ້ບ່ອນຢູ່ກິນຊ່ວຍກິຈກຳການຢູ່ກິນປະຈຳວັນ, ແລະ ຮັບໜ້າທີ່ຄວາມຮັບຜິດຊອບທີ່ໄປສໍາລັບຄວາມ

# ໃຊ້ເວລາ ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບ ການບໍລິການ ຕາງໆຈາກບຸກຄົນ ທີ່ມີປະສົບປະການ ເຂົ້າເຈົ້າ.



ປອດໄພ ແລະ ຄວາມຢູ່ກິນມີແຮງຂອງຜູ້ຢູ່. ເຮືອນຢູ່ກິນ  
ບາງບໍ່ອນໃຫ້ການບໍລິການພະຍາບານແບບຈຳກັດ ແລະ  
ບໍ່ອນອື່ນອາດຊຳນານສະເພາະໃນການຮັບໃຊ້ບຸກຄົນ  
ມີບັນຫາດ້ານສູຂພາບຈິດ, ເສັ່ນອົງຄະດ້ານການຕັບໂຕ,  
ຫລືສົມອງເສື່ອນ.

ເຮືອນຢູ່ກິນນີ້ມີສັນຍາໃຫ້ການຮັກສາດູແລແກ່ຜູ້ຮັບ  
ການຊ່ວຍເຫຼືອເງິນຮັດ ຈະໃຫ້ນຶ່ງ ຫລື ຫລາຍກວ່າ  
ການບໍລິການຕໍ່ລົງໄປນີ້:

- ຢູ່ກິນແບບຊ່ວຍເຫຼືອ
  - ຫ້ອງແຖວສ່ວນຕົວ, ດ້ານການເນັ້ນໜັກໃສ່  
ການເປັນສ່ວນຕົວ, ເອກະຮາດ, ແລະ ການເລືອກ  
ສ່ວນຕົວ
  - ການບໍລິການພະຍາບານແບບຈຳກັດ
  - ຊ່ວຍດ້ານປາ ແລະ ການດູແລສ່ວນຕົວ
- ການຮັກສາດູແລຕາມທີ່ຢູ່ຜູ້ໃຫຍ່ (ARC)
  - ຊ່ວຍດ້ານປາ ແລະ ການດູແລສ່ວນຕົວ
  - ຜູ້ຢູ່ອາດຕ້ອງການໄດ້ຮັບການດູແລແບບຈຳກັດ
- ການຮັກສາດູແລຕາມທີ່ຢູ່ຜູ້ໃຫຍ່ເພີ່ມຂຶ້ນ (EARC)
  - ການບໍລິການຄືກັນກັບ ARC
  - ຫ້ອງນຶ່ງຢູ່ໄດ້ບໍ່ເກີນສອງຄົນ
  - ຕ້ອງຈັດການບໍລິການພະຍາບານແບບຈຳກັດໃຫ້



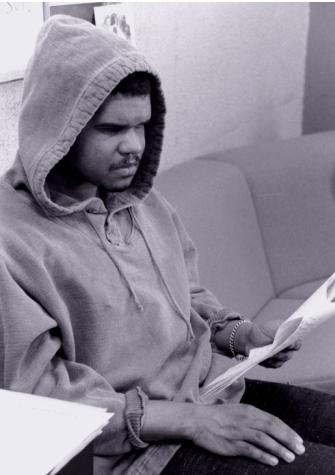
## ບັນຊີເລກໄທ ແຜົກສ໌ ກັບຄືນ ແລະ ຂໍ້ມູນ ບ່ອນເຂົາປຸ່ງ

ຖ້າທ່ານມີຫາງໃຊ້ຈັກ ແຜົກສ໌ ໃຫ້ໄທ **1-800-372-0186.** ທ່ານຈະຖືກບອກເວົ້າຫາເລກໄທສະບັບຕິດຕໍ່ກັນ ໄປທີ່ບອກໃຫ້ທ່ານເລກປະເພດບັນຊີສະຖານທີ່ ທີ່ທ່ານຕ້ອງການ. ທ່ານສາມາດເອົາບັນຊີຮູ້ອຳນວຍຢູ່ໃນ ເຮືອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ເຮືອນພະຍາບານຢູ່ໃນ ທຸກຊີບໂຄດ ຫລື ລາວຕີ ໃນ ຮັດວິຊີງຕັນ. ທ່ານຍັງສາມາດເລືອກເອົາບັນຊີ ເຮືອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ບ່ອນທີ່ໃຊ້ພາສາອື່ນເປັນຕົ້ນຕຳມອກຈາກພາສາອັງກິດ ແລະ ມີລັກສນະສຳຄັນເປັນພິເສດສະພາະ ເຊັ່ນວ່າ ທາງສໍາລັບຮົດລົ້ມງ. ຈາກນັ້ນທ່ານຈະໄດ້ຮັບໄທ ແຜົກສ໌ ຄືນັ້ນກັບສະຖານທີ່ທັງໝົດທີ່ຖືກກັບທັສະນະຂອງທ່ານ.

ຫ້ອງການ HCS ແລະ AAA ຕາມຫ້ອງຖິ່ນກຳຍັງສາມາດໃຫ້ບັນຊີຮູ້ອຳນວຍຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ເຮືອນຢູ່ໃນທີ່ມີຢູ່ໃນຂອດຂອງເວົ້າເຈົ້າອີກດ້ວຍ.

## ຂັ້ນ 5: ຈັດວລາຢ່ຽນປາມ

ເນື່ອມີບັນຊີຮູ້ອຳນວຍທີ່ຈະສາມາດເປັນໄປໄດ້ແລ້ວ, ທ່ານ (ຫລືຜູ້ໃຫ້ຜູ້ນຶ່ງທີ່ທ່ານມອນໝາຍ) ຕ້ອງໄປເປົ່າສະຖານທີ່ທີ່ແມ່ນກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານ. ຂັ້ນນີ້ແມ່ນສຳຄັນທີ່ສຸດ. ໄປຢ່ຽນປາມຫລາຍງານສະຖານທີ່ທີ່ຈະສາມາດຮັດໄດ້ໃນເວລາຕ່າງໆຂອງມື້ນັ້ນ. ເຖິງວ່າການຈັດວລາຢ່ຽນປາມໜ່າຍ້ວ່າ ອາດປາກົດວ່າໃຊ້ເວລາ, ໃນພາຍໜ້າມັນກຳມື່ຄ່າເຜື່ອໃຊ້ເວລານີ້ເຜື່ອຮັດການຕັດສິນໃຈທີ່ດີ. ການຢ່ຽນປາມສະຖານທີ່ຂ່ວຍທ່ານສົມຫຽບການເລືອກທີ່ຢູ່ ແລະ ເອົາຄວາມຮັສີກທີ່ດີສໍາລັບສິງທີ່ມີໃຫ້.



ຄົນຄວ້າຫາຊື່ສຽງຂອງແຕ່ລະສະຖານທີ່ ທີ່ທ່ານໄປຢູ່ມປາມ. ນີ້ແມ່ນ  
ຂໍ້ມູນຫລາຍງ່າງຢ່າງເຜື່ອຊ່ວຍທ່ານເຮັດດັ່ງນັ້ນ.

■ ຂໍໃຫ້ຜູ້ຕາງໜ້າຈາກສະຖານທີ່ ທີ່ທ່ານເຂົ້າຢູ່ມປາມເຝື່ອ:

- ເອົາລາຍງານການສໍາຫລວດຂອງຮັດເຫື່ອສຸດທ້າຍໃຫ້ທ່ານເບິ່ງ.  
ລາຍງານນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານຮູ້ຕົງເຂັດບັນຫາທີ່ອາດມີຫຼຸກປ່າງ  
ຂອງເຮືອນ. ມັນອາດບອກຕົງສຶກທີ່ດີທີ່ສໍາຄັນຕໍ່ທ່ານນັ້ນຄືນກັບ.
- ເອົາສໍາເນົາສັນຍາການຮັບເອົາເຂົ້າຢູ່ຂອງສະຖານທີ່ໃຫ້ທ່ານ.  
ສັນຍາການເຂົ້າຢູ່ຂອງສະຖານທີ່ຕ້ອງໄດ້ບອກຕົງປະເພດບໍລິການ  
ແລະ ບໍ່ມີໃຫ້ຢູ່ໃນສະຖານທີ່. ສຶກນີ້ຈະຮັດໃຫ້ທ່ານເຂົ້າໃຈປ່າງ  
ຈະແຈ້ງວ່າສະຖານທີ່ເຮັດຫຽ້ງແດ່ ແລະ ບໍ່ສໍາເນົາ. ເອົາສໍາເນົາ  
ມີອົດຮືອນເຝື່ອອ່ານຢ່າງລະອຽດ.
- ໃຫ້ບ່ອນອ້າງອີງ ຫລື ເລກໂທເຝື່ອຕິດຕໍ່ຫາຜູ້ຢູ່ເກົ່າ ຫລື ສະມາຊີກ  
ຄອບຄົວຂອງເຂົ້າເຈົ້າ.
- ຊອກເບິ່ງວ່າທີ່ຜ່ານມາເຄີຍມີການຕໍ່ວ່າການຝັກເຂົ້າຕໍ່ສະຖານທີ່ນີ້ບໍ່,  
ໃຫ້ຫາຜູ້ຈັດການເຂົດກົມ DSHS ໃນເຂົດຂອງທ່ານ. ຜູ້ຈັດການເຂົດ  
ເປັນຜູ້ຮັບຜິດຂອບສໍາລັບການກວດ ແລະ ໃຫ້ອະນຸຍາດສະຖານທີ່ເຫຼື່ອນີ້.  
ເຝື່ອເອົາຊື່ ແລະ ເລກໂທຮະສັບຂອງຜູ້ຈັດການເຂົດຢູ່ໃນເຂົດຜູມມີພາກ  
ຂອງທ່ານ, ໃຫ້ໃຫ້ຫາສາຍຊ່ວຍ ADSA ຕາມເລກ 1-800-422-3263.

- ຕິດຕໍ່ຫາໄຄງການຜູ້ໄກ່ເກົ່າການຮັກສາດຸແລະຍະບາວທ້ອງຖິ່ນ ສໍາລັບຂອດຂອງທ່ານ. ຜູ້ຕາງໜ້າໄຄງການໄກ່ເກົ່າການຮັກສາດຸແລ ລະຍະບາວເປັນຜູ້ໃຫ້ການແນະນຳຊ່ວຍໜ້ອື່ຜູ້ຢ່າງສະຖານທີ່ຮັກສາດຸແລ ຜູ້ໃຫຍ່. ເວົາເຈົ້າຮັດວຽກເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາຜູ້ຢ່າງເປັນບຸກຄົນ ແລະ ພາໃຫ້ເກີດມີການປ່ຽນແປງຢ່າງຕາມລະດັບທ້ອງຖິ່ນຮັດ ແລະ ປະເທດ ເພື່ອປັບປຸງການຮັກສາດຸແລ. ເວົາເຈົ້າອາດເປັນແຫ່ລ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດຂອງ ຂໍ້ມູນ. ເພື່ອໃຫ້ຮູ້ຫ້ອງການບ່ອນໃກ້ກັບທ່ານທີ່ສຸດ, ໃຫ້ໃຫ້ຫາເລັກ ບໍ່ໄດ້ສັງຄ່າຂອງເວົາເຈົ້າຕາມເລັກ **1-800-562-6028.**

## ຂໍ້ມູນ 6: ຮັດການຕັດສິນໃຈ

ບັນຊີກວດເບິ່ງຕໍ່ລົງໄປນີ້ຈະຊ່ວຍທ່ານຖານຄຳຖາມ ແລະ ເອົາຂໍ້ມູນ ເພື່ອຮັດການຕັດສິນໃຈຂອງທ່ານ. ບໍ່ໄດ້ລົງເລີໄຈທີ່ຈະຖານຫລາບງຄຳຖາມ ເຕົ່າທີ່ທ່ານຕ້ອງການ ເພື່ອເລືອກອ້ອາສຶງທີ່ດີສໍາລັບທ່ານ. ເຖິງປ່າງໄດ້ກຳດີ ຢູ່ໃນນີ້ກຳນົມຫລາຍຄຳຖາມ, ສຶງສໍາຄັນທີ່ສຸດທີ່ຕ້ອງຖາມແມ່ນ, “ເຮືອນຄອບ ຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນຢູ່ກິນທຶກກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງວ້າພະເຈົ້າບໍ່?”



## ○ ការបំនុះតាមលក្ខណៈ គោល និង ការពេញ

- សំណងជើងទានមិនទ្វួរណែ (ទាញទីនឹងខ្សោយចូលបែងលាយតាមអាជ្ញាធរ) ?
  - ការបំនុះតាមលក្ខណៈដើម្បីកុំគាំទ្រឯកសារឡើង ?
  - មិត្តភកដើម្បីត្រួតពិនិត្យឡើង ?
  - មិនបានប្រើបាយការណ៍ជាប្រព័ន្ធឌុំ ?
  - បានប្រើបាយសៀវភៅតិនប់បែងប្រើប្រាស់ឡើង ?
  - កុំគាំទ្រឯកសារឡើង ?
- ការបំនុះតាមលក្ខណៈមិនមានបានឱ្យឡើង ?
- មិនបានប្រើបាយនិធីណែនាំបានឱ្យឡើង ?

## ○ សៀវភៅតិនប់

- មើលពីការបំនុះតាមលក្ខណៈ មិនមានបានឱ្យឡើង ?
- ជូនដើម្បីត្រួតពិនិត្យឡើង ?
- មិនបានប្រើបាយនិធីណែនាំបានឱ្យឡើង ?

- និរាមតាតា, ទំសេមុដ, សែន ឬ ចំណងជាផ្លូវការបាយម៉ោងខ្លួន  
ីនូវឱ្យខ្សោយបានឡើង?
- សេដ្ឋកិច្ចពីរដ្ឋានអាជីវកម្មនៃបានមានប៉ាន្ត់?
- សេដ្ឋកិច្ចពីរដ្ឋានសាយទិន្នន័យប៉ាន្ត់?
- ឱ្យបានអាជីវកម្មប៉ុណ្ណោះ, ម៉ោង, ឬ សែនប៉ាន្ត់?

## ○ ធនាគារ

- ធនាគារមុន្តែតីឱ្យឈ្មោះសិរី, ឈ្មោះគោល, ឬ ឈ្មោះទិន្នន័យ?
- សេដ្ឋកិច្ចធនាគារបានបញ្ចូលឱ្យគ្មានតាមតារាង ឬ ក្រុកសាក្សិប៉ាន្ត់?
- សេដ្ឋកិច្ចធនាគារបានបញ្ចូលតាមតារាង ឬ ក្រុកសាក្សិប៉ាន្ត់?
- ធនាគារតីឱ្យរកសាងុលនូវសែនទិន្នន័យឱ្យបាន?
- ធនាគារតីឱ្យរកសាងុលនូវធនាគារឱ្យបាន?
- ធនាគារមុន្តែតីឱ្យសំល័កបានការងារតុលាប៉ុណ្ណោះ ឬ ប៉ាន្ត់?
- ធនាគារសំនួរទាល់រឿងរៀងរាល់រៀងរាល់?
- ធនាគារតីឱ្យសំល័កការងារតុលាប៉ុណ្ណោះ ឬ ប៉ាន្ត់?
- ធនាគារតីឱ្យសំល័កការងារតុលាប៉ុណ្ណោះ ឬ ប៉ាន្ត់?
- ធនាគារតីឱ្យសំល័កការងារតុលាប៉ុណ្ណោះ ឬ ប៉ាន្ត់?
- ធនាគារតីឱ្យសំល័កការងារតុលាប៉ុណ្ណោះ ឬ ប៉ាន្ត់?



## ○ ການຈັດຕັ້ງໂຄງຮ່າງ

- ແຜນຜັງເປັນທີ່ງຍັງເພື່ອໄປຕາມບໍ?
  - ທາງໄປຫາປະຕູ, ຫ້ອງໄທຖູ, ແລະ ການຈັດຫ້ອງຮັດສໍາລັບ ອິດລັ້ນໆ ແລະ ແນວຄ້າບ່າງບໍ?
  - ມີຮາວ ຫລື ຊ່ວງຍ່າງ ແລະ ຢູ່ໃນຫ້ອງນັ້ນບໍ?
  - ບ່ອນໄວ້ຈອກ ແລະ ຮ້ານເອົາໄດ້ຍ່າຍບໍ?
  - ມີແຜນວບໍ່ໃຫ້ພື້ນເຫັນ ແລະ ພິມແຜນໝັ້ນໝາງເພື່ອຊ່ວຍການບ່າງບໍ?
  - ສະຖານທີ່ມີແສງສ່ວ່າງຕາມທັນຊາດ ແລະ ປະດິດເອົາຢ່າງດີບໍ?
  - ສະຖານທີ່ສະອາດ, ບໍ່ມີກືນ, ແລະ ອາຍຄຸນ ແລະ ອາຍເປັນບໍ?
  - ສະຖານທີ່ໄດ້ຕາມມາຫຼາຍຄວາມສະອາດບໍ?
  - ສະຖານທີ່ບໍ່ມີສຶກອັນຕຣາຍທີ່ເຫັນໄດ້ບໍ?
  - ຫ້ອງຂອງສະຖານທີ່ສະອາດ, ປອດໄພ, ແລະ ໄດ້ຕາມ ຄວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານບໍ?
  - ທ່ານຈະເຂົ້າຮີອິນຄົວໄດ້ບໍ?
    - ຫ້ອງກິຈຈຳ?
    - ບ່ອນຖ່າຍ?
    - ຫ້ອງກິນເຂົ້າ?
    - ເດີນ?
  - ຜູ້ຢູ່ສາມາດດູດປາໃນຫ້ອງຂອງເຂົ້າເຈົ້າ ຫລື ບ່ອນສາຫະຮະນະ ໄດ້ບໍ?
  - ມີຄື່ອງຮີອິນໄຕະ, ຕັ້ງ, ຕັ້ງ ແນວໃດແດ່?
  - ມີເກົ້າຄ້ໄຄມໄຟອ່ານໝັງສີ ແລະ ດອກໄຟເຫີ້ງຫົວບໍ?
  - ມີແຜນວນ້າງອາບນັ້ນບໍ?
  - ທ່ານສາມາດເອົາບາງໄຕະນັ້ງ, ຕັ້ງ, ຕັ້ງ ຫລື ຂອງສ່ວນຕົວ ອື່ນຂອງທ່ານເອງໄປນຳໄດ້ບໍ?

## ○ ការបំនុះការ និង កិច្ចា

- មិត្តភាព, ធម្មជាមុន, និង ការអទិបត្តិភាព  
នៃការស្ថាបនីដែលត្រូវបានធ្វើឡើង?
- មិត្តភាពរបស់ខ្លួនគឺជាកិច្ចាស្ថាបនីដែលត្រូវបានធ្វើឡើង?
- នរណាទីត្រូវបានធ្វើឡើងដោយត្រូវបានធ្វើឡើង?
- ពីរប៊ូនិយោគនឹងការស្ថាបនីដែលត្រូវបានធ្វើឡើង?
- ការស្ថាបនីដែលត្រូវបានធ្វើឡើងមិនត្រូវបានធ្វើឡើង?
- មិត្តភាពរបស់ខ្លួនគឺជាកិច្ចាស្ថាបនីដែលត្រូវបានធ្វើឡើង?



- ທ່ານສາມາດໄປຮ່ວມພິທີສາສນາຕາມທີ່ທ່ານເລືອກບໍ່?
- ຜູ້ຢູ່ທຸກຄົນໄດ້ຮັບສໍາເນົານະໄຍບາຍຂອງເຮືອນແລະ ສິດຜູ້ຢູ່ບໍ່?
- ນະໄຍບາຍກ່ຽວກັບຜູ້ມາປາມ ແລະ ສັກລັງເປັນແນວໃດ?
- ທຸກຄົນຕ້ອງໄດ້ຕື່ນ ແລະ ກິນໃນເວລາ ດຽວກັນບໍ່ ຫລື ສະຖານທີ່ບໍ່ເຄັງຄັດ?
- ມີກິຈຈຳທີ່ທ່ານນັກຖືກວາງແຜນໄວ້ ປ່າງປົກກະຕິບໍ່?



## ○ ອາຫານ

- ອາຫານຖືກໃຈ, ບໍາຮູງ, ພຽງຝໍ ແລະ ຈັດໃຫ້ ປ່າງຈັບໃຈບໍ່?
- ມີອາຫານວ່າງໃຫ້ບໍ່?
- ມີເວລາກິນເຂົ້າສະເພາະບໍ່, ຫລື ທ່ານສາມາດ ກິນອາຫານຫວ່າງໄດ້ຕອລອດນີ້ ຫລື ມີແລງ?
- ສະຖານທີ່ຈະຮັດອາຫານບໍ່ຕູບ ຫລື ຕາມວັທທະນະທັມຕາມທີ່ນັກບໍ່?
- ຜູ້ຢູ່ສາມາດຂໍອາອາຫານສະເພາະບໍ່?

## ມີອັດສິນໃຈແລ້ວ

ການວາງແຜນ ແລະ ການຮັບໄຮມຂຶ້ນຕີ່ໄດ້ຢຸດລົງເວລາທ່ານຮັດການຕັດສິນ ຂອງທ່ານ ເພື່ອບໍາຍເຊົ້າໄປຢູ່ໃນຮັດການຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນຢູ່ກິນ. ການບໍາຍ ແນ່ນການປ່ຽນແປງເຊີວິດຢ່າງໃຫຍ່ທ່ານວົງ. ເພື່ອຮັດໃຫ້ຮະບະການປ່ຽນແປງງ່າຍ ຂຶ້ນ, ໃຫ້ເຊັບາງຂັ້ນຕອນປ່າງດຽວກັນກັບທີ່ໄດ້ອະທິບາຍໄວ້ພາກນິ່ງຂອງເປັນນັບນີ້:

1. ເວົ້າເຖິງການປ່ຽນແປງທີ່ຈະຕ້ອງໄດ້ຮັດ;
2. ຂໍໃຫ້ພະນັກງານຢູ່ຕາມບ່ອນຢູ່ໃໝ່ ຊ່ວຍທຸກບັນຫາທີ່ທ່ານມີ;
3. ເອົາຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມອື່ນໆທີ່ທ່ານຕ້ອງການ;
4. ແຮດແຜນການຂອງສື່ງທີ່ຕ້ອງການໃຫ້ເກີດຂຶ້ນ ແລະ ເວລາໄດ.

ການບໍາຍໄປຢູ່ຮັດການຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນຢູ່ກິນອາຫານເຖິງການປ່ອຍ ວາງຕລອດເຊີວິດຂອງສື່ງທີ່ມີຢູ່ ແລະ ວິທີທາງຄຸນເຄີຍຂອງເຊີວິດ. ບາງຄົນກຳໝັ້ນໃຈ ແລະ ຫວັງຕໍ່ຫຼຸດຄວາມຮັບຜິດຊອບລົງໃນຄນະທີ່ຜູ້ອື່ນໆເຫັນວ່າເປັນເວລາກະທິບ ກະທີ່ອິນຈິດໃຈ ແລະ ອ່ອນແດ. ຈະເປັນໄປໃນທາງໄດ້ກໍາຕາມ, ຜູ້ຕັດສິນໃຈບໍາຍ ກຳຕ້ອງການໆສັນບສຸນຢ່າງເຕັມປ່ຽນຂອງຄອບຄົວ ແລະ ຜູ້ທີ່ຕິນຮັກ ແລະ ຄວນຈະມີບິນບາດສູນກາງໃນການຊື້ຂາດສື່ງທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນ ແລະ ເວລາໄດ.

ມີອັການບໍາຍໄດ້ເກີດຂຶ້ນແລ້ວ, ໃຫ້ຄາດລ່ວງໜ້າລະບະປົກກະຕິຂອງການ ປັບຕົວ. ສອງສາມທິດທໍາອິດອາດເປັນການຫຼັງບາກທີ່ສຸດ ເມື່ອສື່ງປົກກະຕິ ໄດ້ຕັ້ງຂຶ້ນມາ ແລະ ສື່ງຕ່າງໆກຳເກີດເປັນສື່ງຄຸນເຄີຍຫລາຍຂຶ້ນ. ມັນເປັນສື່ງ ສຳຄັນທີ່ທ້ອງເວົ້າຂໍຂອງໃຈໃດໆ ຫລື, ບັນຫານຳຜູ້ດຳເນີນການຮັດການຄອບຄົວ ຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ເຮືອນຢູ່ກິນ. ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າທ່ານໄດ້ຂໍເອົາສື່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງການ. ພະນັກງານອາດສາມາດຮັດການປ່ຽນແປງທີ່ຈະເໝາະກັບສື່ງທີ່ດີທີ່ສຸດ ສຳລັບທ່ານນັ້ນດີຂຶ້ນ.

ໃນຖານເປັນຜູ້ຢູ່ຮົອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ ຫລື ແຮົອນຢູ່ກິນ, ທ່ານຍັງມີສືດຜູ້ບໍຣີໃນກາງປ່າງທີ່ກົດໝາຍຮັບປະກັນ. ເຈົ້າຂອງ ຫລື ພະນັກງານບ່ອນຢູ່ໃໝ່ຂ່ອງທ່ານຄວນແຈ້ງສືດໜ່ານີ້ໃຫ້ທ່ານຮູ້. ຖ້າບໍ່, ໃຫ້ຖາມ.

### ຄວາມຄືດວັນສຸດທ້າຍ

ການຮັດການປ່ຽນແປງຊີວິດລັງທີ່ໃຫຍ່ຕ້ອງໄດ້ວາງແຜນປ່າງລັກແນ່. ໂດຍການປະຕິບັດຕາມທົກຂັ້ນທີ່ກ່າວໄວໃນເປົ້າທົວນີ້, ທ່ານຈະໄດ້ຂໍ້ມູນທີ່ທ່ານຕ້ອງການ ແລະ ພ້ອມເຜື່ອຈັດການເລືອກອົງການຮັກສາດຸແລລະຍະບາວທີ່ດີທີ່ສຸດສໍາລັບທ່ານ ຫລື ຜູ້ທີ່ທ່ານຮັກ.

ຫລາຍຄອບຄົວກຳບັງບໍ່ຄຸນເຄີຍກັບການບໍຣິການຫລາຍປ່າງທີ່ມີໃຫ້ທີ່ສາມາດຊ່ວຍຜູ້ທີ່ເວົາເຈົ້າຮັກນັ້ນຢູ່ນໍາຮົອນ. ສໍາລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມຕົ້ນກ່ຽວກັບການເລືອກ ແລະ ການບໍຣິການໜ່ານີ້, ທາງ ກົມສັງຄົມ ແລະ ສົງຄາະ ມີເປົ້ານ້ອຍໃຫ້, ການບໍຣິການຕ່າງໆຕາມແຜນແນດີໂຄດ ແລະການດູແລໄລຍະບາວສໍາລັບຜູ້ໃຫຍ່ທັງຫລາຍ,(ເອກະກະສານເລກທີ DSHS 22-619(X)). ເບີງໜັ້ນ **17** ສໍາລັບການສົ່ງຂໍ້ມູນ.

---

ມັນເປັນນະໄບບາຍຂອງ ກົມສັງຄົມ ແລະ ສົງຄາະ ທີ່ບຸກຄົນບໍ່ຄວນຖືກຈຳແນນກໃສ່ຍ້ອນ ຜົວພັນ, ສີສັນ, ຊາດກຳນົດ, ສິດທິເຊື່ອຖື, ສາສນາ, ເຜດ, ອາຍຸ, ຫລື ຄວາມພິການ.

## ການສັງຈອງວາຮສານຕ່າງໆ

ທ່ານສາມາດສັງເຄົາຢືນຄຸນມີນ້ອຍຫລືວາຮສານປ່າງອື່ນຂອງກິມ DSHS ໂດຍຜ່ານຮ້ານພະແນກການພິມທົ່ວໄປ (DOP) ກໍ່ໄດ້. ໃຫ້ເປີດເບິ່ງຕາມແວບໄຊທ໌ທີ່:

**www.prt.wa.gov**



ການຮອງຂໍຕ່າງໆອາດຮັດໄດຍ:

- ທາງອີເມວ໌ທີ່ fulfillment@prt.wa.gov
- ທາງໂທຮະສັບທີ່ (360) 570-5024
- ທາງແຟັກສ໌ທີ່ (360) 586-8831
- ໃຫ້ທ່ານບອກຂໍຂອງວາຮສານປ່າງຄັນ, ເລກວອງວາຮສານ (DSHS 22-xxx), ພົມທັງໝົດລະບ່ອນຢູ່ທາງໄປສະນີຂອງຄົນທີ່ຕິດຕໍ່ຫາສໍາລັບການສັງເຄົາທາງໄປສະນີ, ທາງໂທຮະສັບ, ຫລືທາງແຟັກສ໌.

ຜູ້ອຽນຮູ້ຕົມກ່ຽວກັບ...

ທີ່ວີ້ເຮືອງຕ່າງໆໃນການໃຫ້ການດູແລແລການເຝົ້າດູແລຮັກສາໄລຍະບາວໃຫ້ເປີດເບິ່ງທີ່:

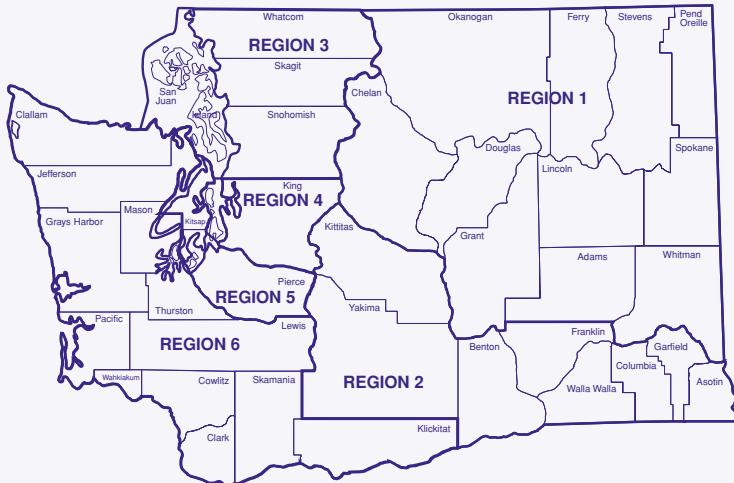
**www.adsa.dshs.wa.gov**



ຜູ້ອີບໃຫ້ນ:

- ໃຂປະກາດໄສສານຳຣີ ແລະຢືນນ້ອຍຄຸນມີຕ່າງໆໃນທົວຂ້າການໃຫ້ການດູແລແລການເຝົ້າດູແລຮັກສາໄລຍະບາວ
- ຂ່າວຂໍ້ມູນໃນໄຄງການຮຸມຊູຜູ້ໃຫ້ການດູແລກັບຄອບຄົວ.
- ເລກໂທຮະສັບຜ້ອມທັງບ່ອນຢູ່ຂອງຫ້ອງການຕ່າງໆທີ່ຮັດວຽກກັບຜູ້ເຖົາທັງໝາຍຢູ່ຕ່າມແຕ່ລະເຂດທ້ອງຖິ່ນ.
- ຮາບຊື່ຂອງເຮືອນັກຜູ້ເຝື້ອຜູ້ໃຫ່ບ, ບ່ອນັກແບບຫ້ອງແຖວ, ຫລືເຮືອນລົງງາງຜູ້ເຖົາໃນແຕ່ລະຄາວຕື່ມ.

**ເລກໂທຮະສັບເຂດເຣອິນ ແລະ ການບໍລິການອຸນອຸນ  
ລົງທານແຜນທີ່ເພື່ອຊອກຫາເຂດທີ່ທ່ານຢູ່. ໃຫ້ໄຫຫາເລກທີ່ຂຽນໄວ້ສໍາລັບເຂດຂອງທ່ານ  
ແລະໃຫ້ຖານຫາຫ້ອງການບໍລິການຕ່າງໆຕາມບ້ານແລະແຂດອຸນອຸນ HCS  
ທີ່ຢູ່ໃຈກັບທ່ານທີ່ສຸດ.**



**ເລກ 1** 1-800-459-0421

Spokane, Grant, Okanogan,  
Adams, Chelan, Douglas, Lincoln,  
Ferry, Stevens, Whitman, and  
Pend Oreille Counties

**ເລກ 2** 1-800-822-2097

Yakima, Kittitas, Benton, Franklin,  
Walla Walla, Columbia, Garfield,  
and Asotin Counties

**ເລກ 3** 1-866-608-0836

Snohomish, Skagit, Island, San  
Juan, and Whatcom Counties

**ເລກ 4** 1-800-346-9257

King County

**ເລກ 5**

Pierce County 1-800-442-5129  
Kitsap County 1-800-422-7114

**ເລກ 6** 1-800-462-4957

Thurston, Mason, Lewis, Clallam,  
Jefferson, Grays Harbor, Pacific,  
Wahkiakum, Cowlitz, Skamania,  
Klickitat, and Clark Counties

ບັນນຸຍອບຫົວນີ້ ແລະ ແລະຂ່າວຂໍ້ມູນອື່ນເອີກ  
ຫລາຍງ່າງຢ່າງຂອງກົມ DSHS/AASA ແລະ  
ຄຸປກອນອາດຝຶກຢ່າງຕາມແວ້ນໃຊ້ທີ່ຂອງຜູນກ  
ບໍລິຫານການບໍລິການຜູ້ສູງອາຍ ແລະ  
ຄວາມພິການ: [www.adsa.dshs.wa.gov](http://www.adsa.dshs.wa.gov)

**Aging & Disability Services**  
Aging and Adult Services Administration

Photos by Carole Huff

 Washington State  
Department of Social  
& Health Services

DSHS 22-707(X) LA (Rev. 11/03)